

## ***Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas***

**Tiara San Gika Putri<sup>1</sup>, Dara Himalaya<sup>2\*</sup>, Asmariyah<sup>3</sup>, Yetti Purnama<sup>4</sup>, Sri Nengsi Destriani<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup>Universitas Bengkulu  
E-mail: [dhimalaya@unib.ac.id](mailto:dhimalaya@unib.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Masa nifas merupakan periode setelah persalinan yang berlangsung selama 6 minggu, dimana ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis, salah satunya pada payudara. Perawatan payudara pada masa nifas sangat penting untuk menjaga kesehatan payudara dan mendukung kelancaran produksi ASI. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara dapat menyebabkan berbagai masalah seperti bendungan ASI, mastitis, serta terganggunya proses menyusui. Oleh karena itu, pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara perlu diketahui sebagai dasar dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian dilakukan pada ibu nifas di seluruh TPMB yang bekerja sama dengan Universitas Bengkulu di Kota Bengkulu dengan jumlah responden sebanyak 97 orang yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner mengenai pengetahuan perawatan payudara. Data dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 97 responden sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik (76,3%), kategori cukup sebagian kecil (21,6%) dan yang termasuk kategori kurang (2,1%). Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar berusia 20–35 tahun sebanyak 79 orang (81,4%), multipara sebanyak 62 orang (63,9%), berpendidikan menengah sebanyak 51 orang (52,6%), serta mayoritas tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 85 orang (87,6%). Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas di wilayah kerja puskesmas Kota Bengkulu memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara.

**Kata kunci** : Ibu Nifas, Perawatan Payudara, Pengetahuan.

### **Abstract**

*The postpartum period, which lasts for six weeks after childbirth, is a period during which mothers experience various physiological changes, including changes in their breasts. Breast care during the postpartum period is crucial for maintaining breast health and supporting smooth milk production. A lack of maternal knowledge regarding breast care can lead to various problems, such as blocked milk ducts, mastitis, and disrupted breastfeeding. Therefore, understanding postpartum mothers' knowledge about breast care is crucial as a basis for improving maternal and infant health. This study aims to determine the level of knowledge about breast care among postpartum mothers. This is a descriptive study with a quantitative approach. The study was conducted among postpartum mothers at all TPMBs in collaboration with the University of Bengkulu in Bengkulu Province. A total of 97 respondents were selected using a Accidental sampling technique. Data collection was conducted using a questionnaire regarding breast care knowledge. Data were analyzed univariately and presented as frequency distributions and percentages. The results of the study showed that of the 97 respondents, the majority had a good level of knowledge (76.3%), a small portion was in the sufficient category (21.6%), and those in the poor category (2.1%).*

*Based on the characteristics of the respondents, the majority were aged 20–35 years (79 people) (81.4%), multiparous (62 people) (63.9%), had secondary education (51 people) (52.6%), and the majority were unemployed or housewives (85 people) (87.6%). indicates that the majority of postpartum mothers in the Bengkulu City community health center (Puskesmas) work area have good knowledge about breast care.*

**Keywords : Breast Care, Knowledge, Postpartum Mothers**

## LATAR BELAKANG

Masa nifas merupakan periode pasca persalinan yang dimulai setelah kelahiran bayi dan plasenta, berlangsung hingga 6 minggu atau 42 hari dengan berhentinya perdarahan. Pada masa nifas ibu dapat mengalami berbagai masalah fisiologis dan psikologis sehingga membutuhkan banyak perhatian (Nurseha dkk, 2024). Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan pada payudara. Payudara merupakan kelenjar yang terdapat di bawah kulit dan di atas otot dada yang berfungsi untuk menyusui (Sutanto, 2018 ; Dewi & Masruroh 2023).

Perawatan payudara bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu sehingga terhindar dari infeksi, melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga bayi mudah menyusui dan dapat menyusui dengan baik, mengurangi risiko luka saat bayi menyusui, merangsang kelenjar air susu sehingga produksi ASI menjadi lancar, mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha-usaha untuk mengatasinya, untuk persiapan psikis ibu menyusui dan menjaga bentuk payudara, dan mencegah penyumbatan pada payudara. Oleh karena itu, penting untuk memberikan informasi dan mengajarkan cara melakukan perawatan payudara sedini mungkin pada ibu tentang pentingnya melakukan perawatan payudara dalam rangka persiapan ibu untuk menyusui pada masa menyusui agar tidak terjadi masalah seperti ASI sulit keluar, puting susu lecet, puting susu nyeri, payudara bengkak, mastitis atau abses payudara (Indriani & Wati, 2025).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Pakpahan dkk, 2021).

Hasil penelitian Dari 31 orang ibu nifas yang menjadi responden dalam penelitian ini yaitu, mayoritas diketahui memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai perawatan payudara,

yakni sebanyak 19 responden (61,3%). Sementara itu, hanya sedikit responden yang tergolong memiliki pengetahuan baik, yaitu 5 orang (16,1%). Di sisi lain, sebagian besar responden mengalami hambatan dalam kelancaran produksi ASI, dengan jumlah 21 orang (67,7%), sedangkan hanya 10 orang (32,3%) yang melaporkan bahwa proses menyusui mereka berjalan lancar. Dengan kata lain, terdapat keterkaitan yang signifikan antara pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara dan keberhasilan pemberian ASI (Sinaga dkk, 2025).

Dinas kesehatan provinsi Bengkulu tahun 2022 mengatakan pelayanan nifas di Provinsi Bengkulu mencapai 82%. Dari seluruh kabupaten/kota. Kabupaten Bengkulu Selatan memiliki cakupan tertinggi yaitu 93%, diikuti oleh Kabupaten Bengkulu Utara sebesar 87% dan Kabupaten Mukomuko sebesar 84%. Selanjutnya, Kabupaten Kepahiang mencapai 83%, sedangkan Kabupaten Bengkulu Tengah dan Kabupaten Lebong masing-masing sebesar 82%. Kabupaten Kaur memiliki cakupan 80%, Kabupaten Seluma sebesar 78%, dan Kabupaten Rejang Lebong sebesar 77%. Sementara itu, Kota Bengkulu memiliki cakupan pelayanan nifas terendah yaitu 69%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar wilayah di Kota Bengkulu telah mencapai cakupan pelayanan nifas yang cukup tinggi, meskipun masih terdapat beberapa daerah dengan capaian yang relatif lebih rendah (Seksi Kesga & Gizi, 2022)

Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024, tercatat sebanyak 6.372 ibu nifas tersebar di 20 puskesmas. Tiga puskesmas dengan jumlah ibu nifas tertinggi adalah Puskesmas Jembatan Kecil (96,2%), Puskesmas Telaga Dewa (90,3%), dan Puskesmas Kandang (92,0%). Di antara ketiganya, Puskesmas Jembatan Kecil menjadi wilayah dengan jumlah ibu nifas terbanyak, yaitu 551 orang pada tahun 2024 (Dinkes Kota Bengkulu, 2024). Pada saat melakukan survei awal di salah satu Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) yang bekerja sama dengan Universitas Bengkulu, peneliti yang sedang melaksanakan kegiatan magang menemukan bahwa masih terdapat ibu nifas yang belum memahami tentang perawatan payudara. Hal ini terlihat ketika salah satu ibu nifas menanyakan langsung kepada peneliti mengenai bagaimana cara melakukan perawatan payudara yang benar setelah melahirkan. Selain itu, ketika peneliti mencoba menanyakan kembali kepada beberapa ibu nifas mengenai pengetahuan mereka tentang perawatan payudara, sebagian dari mereka mengaku belum mengetahui secara jelas cara melakukan perawatan payudara yang tepat.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Deskriptif yaitu peneliti mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti berdasarkan data yang diperoleh. Hasil penelitian ini untuk melihat Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di Kota Bengkulu. Terdapat teknik dalam pengambilan sampel untuk melakukan penelitian, menjelaskan bahwa teknik sampel merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang kan digunakan dalam penelitian, terdapat beberapa teknik sampling yang digunakan. Pengambilan sampel pada penelitian ini akan menggunakan metode non probability sampling atau dapat didefinisikan bahwa pengambilan sampel tidak dilakukan secara acak. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini akan menggunakan Accidental sampling, yaitu Teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Karakteristik Ibu Nifas

#### a. Usia

Karakteristik usia disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.1** Karakteristik usia ibu nifas

Usia	Presentase	Persen%
< 20 Tahun	6	<b>6,2</b>
20-35 Tahun	80	<b>82,5</b>
> 35 Tahun	11	<b>11,3</b>
Total	97	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan dari 97 responden terdapat sebagian besar usia ibu nifas antara 20-35 tahun sebanyak 80 (82,5%) orang.

#### b. Paritas

Karakteristik paritas disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.2** Karakteristik paritas ibu nifas

<b>Paritas</b>	<b>Presentase</b>	<b>Persen%</b>
Multipara	61	<b>62,9</b>
Primipara	31	<b>32,0</b>
Grandemultipara	5	<b>5,2</b>
Total	97	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan dari 97 responden terdapat lebih dari setengah paritas ibu nifas multipara sebanyak 61 (62,9%) orang.

c. Pendidikan

Karakteristik pendidikan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.3** Karakteristik pendidikan ibu nifas

<b>Pendidikan</b>	<b>Presentase</b>	<b>Persen%</b>
Dasar	20	<b>20,6</b>
Menengah	52	<b>53,6</b>
Tinggi	25	<b>25,8</b>
Total	97	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan dari 97 responden terdapat sebanyak 52 (53,6%) orang ibu nifas berpendidikan menengah.

d. Pekerjaan

Karakteristik pekerjaan disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.4** Karakteristik pekerjaan ibu nifas

<b>Pekerjaan</b>	<b>Presentase</b>	<b>Persen%</b>
Bekerja	12	<b>12,4</b>
IRT	85	<b>87,6</b>
Total	97	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan dari 97 responden terdapat sebagian besar ibu nifas mempunyai pekerjaan sebagai IRT sebanyak 85 (87,6%) orang.

1. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas

Gambaran tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas di Kota Bengkulu.

**Tabel 4.5** Tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas Di Kota Bengkulu.

Tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas	Presentase	Persen%
Baik	74	76,3
Cukup	21	21,6
Kurang	2	2,1
Total	97	100

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi tingkat pengetahuan dari 97 responden terdapat sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik dengan jumlah 74 orang (76,3%), kategori cukup 21 orang responden (21,6%) dan yang termasuk kategori kurang 2 (2,1%) orang responden.

## B. Pembahasan

Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di Kota Bengkulu Dengan 97 Responden.

### 1. Karakteristik responden berdasarkan umur responden di Kota Bengkulu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas berada pada rentang usia 20–35 tahun sebanyak 80 orang (82,5%), disusul usia >35 tahun sebanyak 11 orang (11,3%), dan < 20 tahun sebanyak 6 orang (6,2%) dari total 97 responden. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dalam studi hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI di Desa Jatimulyo Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2023 yang menemukan bahwa kelompok usia produktif 20–35 tahun merupakan mayoritas responden dalam penelitian yang berkaitan dengan pengetahuan dan praktik perawatan payudara ibu nifas (Indrayani dkk, 2025).

Usia reproduksi di antara 20-35 tahun adalah usia yang ideal bereproduksi termasuk dalam memproduksi ASI. Ibu yang berusia kurang dari 20 tahun masih belum memiliki kematangan atau belum siap untuk melahirkan ataupun menyusui sehingga akan berdampak

dalam psikologisnya seperti mengalami kecemasan, bingung dan gugup. Respon akibat psikologis yang belum matang tersebut akan mempengaruhi pengeluaran produksi ASI ibu pospartum, karena terhambatnya pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin. Usia diatas 35 tahun sudah mengalami penurunan fisiologis tubuh tetapi memiliki kematangan emosi sudah tercapai dan biasanya ibu sudah memiliki pengalaman dalam menyusui bayinya dengan baik (Yulianto dkk, 2022).

Hal ini dapat mendukung proses menyusui, termasuk kemampuan ibu dalam mencegah dan mengatasi bendungan ASI (Marshall dkk., 2022). Ibu yang berusia < 20 tahun dan yang berusia > 35 tahun dianggap beresiko tinggi dalam hal kesehatan saat hamil dan melahirkan (Nawamalini & Sari, 2025). Perawatan pasca melahirkan pada ibu muda akan berbeda dibandingkan dengan ibu yang berusia lebih dewasa. Ibu yang berusia >35 tahun mungkin merasa bahwa merawat bayi baru lahir dan merawat diri sendiri, termasuk perawatan payudara, dapat melelahkan secara fisik dan lebih rentan mengalami gangguan laktasi (Nawamalini, 2025).

## 2. Paritas responden di Kota Bengkulu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas paritas ibu nifas di seluruh TPMB adalah multipara sebanyak 61 orang (62,9%), kemudian primipara sebanyak 31 orang (32,0%) dan grandemultipara sebanyak 5 orang (5,2%). Sejalan dengan penelitian *The Relationship Between Age and Parity to Breastfeeding Self-Efficacy in Postpartum Mothers* di mana ditemukan bahwa paritas berhubungan dengan self-efficacy menyusui pada ibu nifas multipara cenderung memiliki kesiapan yang lebih baik dalam praktik menyusui dibandingkan primipara (Yulianti dkk, 2023).

Pengalaman merupakan sumber utama pembelajaran yang menguatkan keterampilan. Ibu multipara yang sudah pernah mengalami proses persalinan dan menyusui sebelumnya telah melalui siklus pengalaman nyata yang memengaruhi keyakinan dan keterampilan mereka dalam merawat diri dan bayi pascapersalinan. Dengan adanya pengalaman empiris tersebut, ibu multipara lebih responsif terhadap tantangan seperti manajemen payudara, teknik menyusui yang benar, dan deteksi tanda bahaya, yang semuanya merupakan aspek penting dalam periode nifas (Cetindemir & Cangol, 2024). Penelitian ini mendukung konsep bahwa pengalaman praktis memperkuat kesiapan dalam praktik kesehatan karena

pengalaman langsung meningkatkan kemampuan refleksi dan adaptasi terhadap situasi yang serupa.

Ibu yang multiparitas memiliki pengalaman dari laktasi sebelumnya, hal ini membuat ibu menjadi lebih siap dalam menyusui ketika memiliki bayi lagi sehingga pemberian ASI menjadi lebih efektif. Pengalaman laktasi sebelumnya juga membantu ibu meredakan kecemasan dalam memberikan ASI pada bayinya. Ibu yang primiparitas tidak memiliki pengalaman laktasi sebelumnya sehingga dapat menyebabkan stres. Stres yang dialami ibu primiparitas dapat meningkatkan kadar hormon kortisol dalam darah. Peningkatan hormon kortisol ini akan menyebabkan penurunan kadar hormon oksitosin yang mengakibatkan keterlambatan onset laktasi (Alimunah dkk, 2021).

### 3. Tingkat Pendidikan responden di Kota Bengkulu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas memiliki pendidikan menengah sebanyak 52 orang (53,6%), diikuti pendidikan tinggi sebanyak 25 orang (25,8%), dan pendidikan dasar sebanyak 20 orang (20,6%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemberian Kolostrum di Wilayah Puskesmas Kubutambahan I Tahun 2024 yang menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif dan melaporkan bahwa mayoritas responden memiliki pendidikan SMA/SMK sebagai tingkat pendidikan terbanyak pada ibu nifas sehingga menunjukkan distribusi pendidikan yang dominan pada level menengah (Budiarsi dkk, 2025).

Pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki seseorang, pengetahuan yang baik, sehingga terbentuk sikap dan perilaku yang positif, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah untuk mendapatkan informasi sehingga pengetahuannya semakin berkembang. Ibu dengan pendidikan menengah atau universitas dapat memperoleh pengetahuan baru dan menerima perubahan untuk meningkatkan kesehatannya, dalam hal ini menyusui atau menyusui. Mereka akan termotivasi untuk mencari informasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka terkait dengan menyusui (Apryani, 2024).

Pendidikan ibu merupakan faktor penting dalam meningkatkan kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. pendidikan formal berperan besar dalam membentuk keterampilan literasi kesehatan, yaitu kemampuan individu untuk mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan yang relevan dengan

kondisi dirinya. Ibu nifas yang berpendidikan menengah dan tinggi cenderung memiliki keterampilan kognitif yang lebih kuat untuk memahami instruksi medis, teknik perawatan pascapersalinan, serta informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan. Literasi kesehatan yang baik akan membantu ibu dalam memutuskan tindakan perawatan yang tepat dan mencegah komplikasi, sekaligus mengoptimalkan proses pemulihan pascapersalinan (Yusnida dkk, 2021).

Pendidikan dianggap memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan kualitas seseorang. Semakin tinggi pendidikan seseorang juga akan semakin mudah orang tersebut dalam menerima informasi. Seseorang yang menempuh pendidikan secara formal akan terbiasa berpikir secara logis untuk menghadapi suatu permasalahan (Devita dkk). Pendidikan yang lebih tinggi umumnya berkorelasi dengan kemampuan kognitif yang lebih baik dalam menerima, memahami, dan mengimplementasikan informasi kesehatan yang diperoleh, baik dari tenaga medis maupun media edukatif (Zajacova & Elizabeth, 2020).

#### 4. Pekerjaan responden di Kota Bengkulu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan ibu nifas di wilayah kerja puskesmas adalah yang bekerja sebanyak 12 orang (12,4%) dan IRT sebanyak 85 orang (87,6%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, ibu yang tidak bekerja cenderung tidak mengalami masalah karena mereka tidak meninggalkan bayinya. Mereka mungkin merasa tertekan untuk kembali bekerja dengan cepat setelah melahirkan, menyebabkan stres tambahan dan kurangnya waktu istirahat yang memadai (Purwati & Noviyana, 2020).

Pada dasarnya bekerja merupakan suatu kebutuhan. Ibu yang bekerja mendapatkan pendapatan yang digunakan sebagai modal untuk membeli seperti buku mengenai manfaat pijat payudara yang pada akhirnya dapat meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan yang tinggi bila didukung oleh banyaknya sumber informasi yang didapat. Semakin banyak informasi yang didapatkan akan semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya dan sumber informasi haruslah akurat. Di sisi lain, ibu rumah tangga mungkin mengalami perasaan isolasi dan kelelahan akibat kurangnya dukungan sosial dan interaksi di luar rumah. Namun, faktor lain juga dapat berperan, seperti dukungan sosial, hubungan dengan pasangan, dan kondisi keuangan. Ibu yang memiliki dukungan sosial yang kuat dari pasangan, keluarga,

dan teman-teman cenderung lebih mampu mengatasi postpartum blues, terlepas dari status pekerjaan mereka (Mariany dkk, 2022).

Status pekerjaan juga memengaruhi pengetahuan ibu nifas. Ibu yang bekerja biasanya memiliki akses informasi lebih luas, baik melalui media digital maupun lingkungan sosial tempat kerja. Namun, ibu rumah tangga justru memiliki lebih banyak waktu untuk mengikuti penyuluhan kesehatan di posyandu atau puskesmas (Fitriani, 2021).

Status pekerjaan ibu dapat mempengaruhi sejauh mana mereka memiliki waktu, kesempatan, serta akses terhadap informasi kesehatan, termasuk mengenai perawatan payudara untuk mencegah bendungan ASI. Ibu rumah tangga umumnya memiliki lebih banyak waktu luang dibandingkan ibu yang bekerja, sehingga memungkinkan mereka untuk mengikuti edukasi kesehatan, membaca materi informatif, atau berkonsultasi dengan petugas kesehatan secara rutin (Afriana dkk, 2024).

#### 5. Gambaran tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu nifas di Kota Bengkulu.

Penelitian ini menilai tingkat pengetahuan ibu nifas dengan tiga kategori yaitu Baik, Cukup, Kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori Baik, yaitu sebanyak 74 responden (76,3%). Sementara itu, 21 responden (21,6%) berada pada kategori Cukup, dan 2 responden (2,1%) memiliki pengetahuan Kurang. Rendahnya tingkat pengetahuan pada sebagian kecil responden ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia, latar belakang pendidikan, dan kurangnya dukungan suami. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara yang kurang, maka akan berakibat pada praktek perawatan payudara pada kesehariannya. Aktifitas ibu nifas, asupan gizi yang banyak maka akan mempengaruhi kelancaran ASI. Sejalan dengan penelitian (Dwi, 2022) ibu nifas yang berpendidikan tinggi memiliki tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara tinggi sebanyak 10 orang (52.6%) dan ibu nifas yang berpendidikan tinggi memiliki tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara rendah sebanyak 9 orang (48.4%), rendahnya tingkat pendidikan seseorang akan menghambat pengetahuan dan perkembangan sikap seseorang dalam menerima informasi yang diberikan (Citrawati, 2020).

Tingkat pengetahuan menurut Soekidjo Notoatmodjo, 2014 dalam (Apyani, 2024) dibagi menjadi enam tahapan kognitif: Tahu (know) merupakan kemampuan seseorang untuk mengingat kembali informasi atau materi yang telah dipelajari sebelumnya serta

dianggap sebagai tingkat pengetahuan yang paling dasar. Tahap ini seseorang dapat menyebutkan, mengenali, menjelaskan, atau menyatakan kembali informasi yang telah diterima. Memahami (comprehension) adalah kemampuan untuk menjelaskan dan menafsirkan suatu materi secara benar, sehingga seseorang mampu menguraikan, memberi contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan menjelaskan materi yang dipelajari. Aplikasi (application) merupakan kemampuan menggunakan pengetahuan atau materi yang telah dipelajari dalam situasi nyata dengan menerapkan konsep, hukum, rumus, metode, atau prinsip pada kondisi yang relevan (Apryani, 2024).

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Karakteristik ibu nifas, menunjukkan dari 97 responden terdapat sebagian besar usia ibu nifas antara 20-35 tahun sebanyak 80 (82,5%) orang. Dari 97 responden terdapat terdapat lebih dari setengah paritas ibu nifas multipara sebanyak 61 (62,9%) orang. Dari 97 responden terdapat sebanyak 52 (53,6%) orang ibu nifas berpendidikan menengah. Dari 97 responden terdapat sebagian besar ibu nifas mempunyai pekerjaan sebagai IRT sebanyak 85 (87,6%) orang. Tingkat pengetahuan dari 97 responden terdapat sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik dengan jumlah 74 orang (76,3%), kategori cukup 21 orang responden (21,6%) dan kategori kurang 2 (2,1%) orang responden.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada seluruh TPMB yang bekerjasama dengan Universitas Bengkulu telah mengizinkan melakukan penelitian dan semua pihak yang terlibat. Semoga hasil penelitian bisa memberi manfaat bagi pihak yang membutuhkan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afriana, & Widiawati. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan Asi Pada Ibu Menyusui di Desa Bineh Blang Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 2024;10(1), 2615–109. Diunduh tanggal: 8 Maret 2026. Tersedia dari: <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/viewFile/4064/1971>
- Alimunah, K. S., Suwarni, L. & Widyastutik, O. Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Kebiasaan Makan Sayur, Dan Imd Dengan Keberhasilan Asi Eksklusif Di Kota Pontianak. *J. Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 2021;90(6). Diunduh tanggal 7 Maret 2026. Tersedia dari : <https://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php?journal=jkkm&page=index>
- Apryani. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Di Puskesmas Kelurahan Penjaringan 1. 2024. Diunduh tanggal 8 Maret 2026.

- Budiarsi, R.K.N., Ningtyas, W.A.L., Ariyani, W.N. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemberian Kolostrum di Wilayah Puskesmas Kubutambahan I, 2025.2(3),1-14.
- Citrawati, S. D., Ernawati, H., & Verawati, M. Hubungan Pengetahuan Ibu Post Partum Dengan Perilaku Perawatan Payudara. Health Sciences Journal, 2020;4(1), 74. <https://doi.org/10.24269/hsj.v4i1.404>.
- Devita A, Dewi C. Breast Care for Pregnant Women and Postpartum Mothers Perawatan Payudara pada Ibu Hamil dan Ibu Pasca Persalinan. 2022;1(5):551–6. Diunduh tanggal: 8 Maret 2026. Tersedia dari aaaa <https://10.55927/jpmf.vli5.2338>
- Dewi F.N.K & Masruroh. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kab. Semarang, 2023;5(1). Diunduh tanggal: 04 November 2025.Tersedia dari: <https://share.google/4cIxy3DCXFmvrRtH4>
- Indrayani,S., Damanik, S.N., Simanjuntak, P. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Di Desa Jatimulyo Kabupaten Serdang Bedagai, 2024;2(1). diunduh tanggal: 28 Februari 2026. Tersedia dari:<https://doi.org/10.59680/medika.v2i1.897>.
- Indriani S & Wati L. Edukasi breast care pada ibu post partum untuk kelancaran produksi asi di praktek mandiri bidan (PMB) Bdn. Rahma Putri Idaman, M. Keb Kota Padang, 2025;4(2).diunduh tanggal 04 November 2025.Tersedia dari:<https://share.google/whH8t65Nmy4mGvh3h>
- Mariany, M., Naim, R., & Afrianty, I. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Pomalaa. Jurnal Surya Medika, 2022;8(2), 319–324. Tersedia dari: <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i2.3916>
- Nawamalini, T., Sari, P.E., Anggraini, A. Hubungan Pengetahuan Sikap Dan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Betung Kabupaten Oku Timur, 2025;5(2).diunduh tanggal: 28 Februari 2026. Tersedia dari: <https://doi.org/10.54957/ijhs.v5i2.1441>
- Nurseha, Lintang S.S, Subagio S.U.2024. Buku ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui.Edisi ke-1.Jawa Timur; CV. Dewa Publishing.
- Pakpahan M, Siregar D, Susilawaty A. 2021. Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan.Edisi Ke-1. Penerbit Yayasan Kita Menulis.
- Purwati, P., & Noviyana, A. Faktor- Faktor yang menyebabkan Kejadian Postpartum Bluin. Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan, 2020;10(2), 1–4.
- Sinaga S.P, Dinar Manalu, ,Sunengsih. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran ASI di Klinik Millenium, 2025;7(02).diunduh tanggal 04 November 2025.Tersedia dari:<https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK>
- WHO.2023.*Shows notable health achievements and calls for concerted drive toward Sustainable Development Goals.[Seria online]*. 7 May 2024. Diunduh tanggal: 31 Agustus 2025.Tersedia dari: <https://www.who.int/news/item/07-05-2024-who-results-report-202>.
- Yolanda E & Setyowati H. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Primipara Tentang Perawatan Payudara Di Bpm Citra Insani Semarang.2021. diunduh tanggal 04 November 2025.Tersedia dari:<https://share.google/6ANTfICRyLH1Le1Lx>
- Yulianto, Adnri, Safitri, Nia Sagita, Septiasari, Yeti, Sari, Senja Ati, 2022. Frekuensi Menyusui Dengan kelancaran Produksi Air Susu Ibu. Tersedia dari:<file:///D:/BKD%20NANA/BKD%202024202025>.

Yusnida, H, Margareta, C, Unati. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Tujuan Kunjungan Ulang Postpartum,2021;11(1). diunduh tanggal: 28 Februari 2026. Tersedia dari: <https://doi.org/10.70371/jala.v11i1.135>

Zajacova, A., & Elizabeth, L. M. *The relationship between education and health: reducing disparities through a contextual approach. Physiology & behavior*, 2020;176(1), 139–148. Diunduh tanggal: 9 Maret 2026. Tersedia <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-031816-044628>.